

## 行事報告書(例会)

報告者：例会 担当 木村俊三

行事名	2月例会(室内会員講話)
実施日時	平成27年2月26日(水曜)
場 所	ぶらざこむ1(21A・B室) 宝塚市売布東の町12-7
参加人員	43名(男30名、女13名)
主旨	例年厳冬の時期2月は、室内で会員の研究・体験談またはスキルアップの講話を聴き、親睦を深める。
経過 状況	<p>・プログラム(1) 10時～10時45分 多田敬一さんの「食育と料理の話」では、加齢とともにオーバーカロリーにならないよう、塩分の制限や野菜の摂取などを心がけ、難しいが食習慣を変えていくことが大切である、との話が有った。</p> <p>・プログラム(2) 10時45分～11時40分 永野徹さんの「飛鳥の歴史探索」は、太古に於ける深く入り込んだ湾や湿地の位置と、都が築かれた場所の関連や、天皇家と大和政権との系譜そして飛鳥歴史への探訪を写真で案内が有った。</p> <p>11時40分～12時40分 昼食・休憩</p> <p>・プログラム(3) 12時40分～15時10分 平山元哉さんによるパソコン教室「画像の加工処理」のテクニックを通常の教室では5日間ほどで習う内容を、準備万端整えて要領よく分かり易く説明が有った。</p> <p>・15時10分終了。 講話終了後、パソコン操作の個人指導が、ぶらざこむ1階で行なわれ、パソコン操作のスキルアップが行なわれた。</p>
その他 感想	<ol style="list-style-type: none"> <li>参加申込に出入りが有ったが、結果的に当初予定より参加者が増え、例会担当としては喜んでい</li> <li>る。</li> <li>2. プログラム(1)では、食べ過ぎているか、偏っていないか等、生活習慣と健康との関係が分かった。バランスの良い食事で、健康と若さを保ちましょう。次回は、男が料理する楽しみや難しさなどの体験談に期待したい。</li> <li>3. プログラム(2)では、古代史、古事記は奥深い内容をまとめて頂いていたが、発表時間がタイトであったので、もっと余裕を持って発表してもらえたら良かった。古代にはロマンが溢れている。</li> <li>4. 午後からのパソコン教室も早退者は少なく、多くの方が関心を持って熱心に聴講された。便利な無料ソフトを利用し、画像の編集や文章の作成を楽しんで貰いたい。またメールでの大容量データの送付は止め、圧縮・減量の編集をして送付しよう。</li> </ol>

